

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 07. Januar 2026 ▪ Vegetarische Küche mit Zora Klipp



Bastian Simon

Shakhshuka mit kleinem Fladenbrot und Joghurt-Minz-Dip

Zutaten für zwei Personen

Für das Shakhshuka:

- 1 Strauch kleine Kirschtomaten
- 1 gelbe Paprikaschote
- 1 rote Paprikaschote
- 1 grüne Paprikaschote
- 400 g stückige Tomaten, aus der Dose
- 1 frische gelbe Habanero
- 2 große Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 4 Eier, Größe L
- 100 g Schafskäse, mit mikrobiellem Lab
- 3 EL Olivenöl
- 1 EL Tomatenmark
- 1 Bund glatte Petersilie
- 1 EL geräuchertes Paprikapulver
- 50 g Kreuzkümmelsamen
- 2 Zimtstangen
- ½ TL Zucker
- Grobes Meersalz, zum Würzen
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Einen Backofen auf 170 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen weiteren Backofen auf 220 Grad Umluft vorheizen.

Kreuzkümmel, Zimtstangen, grobes Meersalz und die Pfefferkörner in einem Mörser fast zu Pulver bearbeiten. Zwiebel und Knoblauch abziehen und in dünne Streifen schneiden. Paprika und die Habanero ebenfalls in dünne Streifen schneiden. Bei Bedarf und für mehr Schärfe die Kerne der Habanero dazugeben.

Olivenöl in einer ofenfesten Pfanne erhitzen. Zwiebel, Knoblauch, Paprika und Habanero darin leicht anbraten. Gewürzmischung aus dem Mörser und das geräucherte Paprikapulver hinzugeben und kurz mit andünsten. Kirschtomaten halbieren und mit dem Tomatenmark und etwas Zucker in die Pfanne geben. Anschließend die stückigen Tomaten hineingeben und alles unter gelegentlichem Rühren 10-15 Minuten einkochen lassen. Die halben Kirschtomaten etwas andrücken.

Dann die Eier auf die Tomatenmasse geben, vorher vier Mulden dafür schaffen. Die Pfanne ca. 7-10 Minuten in den Backofen stellen, bis die Eier anfangen zu stocken. Etwas Petersilie fein hacken.

Für das Brot:

- 150 g griechischer Joghurt, 10 % Fett
- 150 g Mehl, Typ 405
- 16 g Backpulver
- 1 TL Salz

Mehl, Backpulver, Salz und Joghurt in der Küchenmaschine zu einem glatten Teig verarbeiten. Bei Bedarf noch mal mit der Hand und etwas Mehl nachkneten. Den Teig in zwei Hälften teilen. Den Teig jeweils zu einem kleinen ovalen Fladen mit den Händen ziehen und drücken. Backpapier auf ein Backblech legen, darauf den Fladen platzieren.

Für die Glasur:

- 1 Ei
- 1 EL griechischer Joghurt, 10% Fett
- 2 TL Mehl, Type 405
- 1 EL Sonnenblumenöl
- 1 EL weißer, geschälter Sesam
- 1 EL Schwarzkümmel

Mehl mit 50 ml Wasser verrühren und die Finger darin eintauchen. Mit den Fingern ein Rautenmuster in den Teig drücken. Eier trennen und das Eigelb auffangen. Eigelb mit dem Joghurt und dem Öl verrühren. Mit einem Backpinsel die Glasur überall auf das Brot streichen. Mit einer Gabel das Rautenmuster leicht nachstechen. Mit Schwarzkümmel und dem weißen Sesam nach Gefühl bestreuen und 20-25 Minuten in den Ofen schieben.

Für den Dip:

2 Knoblauchzehen
1 Zitrone, Abrieb & Saft
300 g Joghurt, 10% Fett
½ Bund Minze
½ Bund glatte Petersilie
½ TL Kreuzkümmelsamen
½ TL Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und fein hacken. Zitronenschale abreiben, dann halbieren und etwas Saft auspressen. Joghurt mit Zitronenabrieb und -saft abschmecken.

Minze und Petersilie fein hacken. Kreuzkümmel fein mörsern und mit dem Zucker, Knoblauch und den gehackten Kräutern gut mit dem Joghurt vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Solange wie möglich im Kühlschrank ziehen lassen.

Das fertige Shakshuka aus dem Ofen nehmen, nachwürzen, den Schafskäse darüber bröseln und mit der Petersilie bestreuen. Die Pfanne direkt am Tisch mit dem Brot anrichten.